

Дистанционное обучение детей дошкольного
возраста

2 младшая группа

Тема недели «Весна . Изменения в природе»
(18.05-22.05)

Физическое развитие



Упражнения в парах с детьми (родитель и ребенок):

1) Взяв ребенка за руки, помогайте ему подпрыгивать как можно выше на двух ногах. 5-10 раз

2) Держать ребенка за ноги. Ходьба на руках на расстояние 3-10 метров. Повторить 2-3 раза.

3) Посадив ребенка на плечи, присядьте, встаньте. 5-15 раз

Дыхательные упражнения



«Травушка растет» И.п. - присед , руки опущены. Встать, поднять руки вверх, глубокий вдох. Вернуться в и.п., выдох.

«Подуй на шарик» Набрав полный вдох, медленно выдохнуть на теннисный шарик, привязанный на шнурочке.
Повторить 3-4 раза

Упражнения для профилактики плоскостопия

